

領域/科目	健康與體育領域/體育科	設計者	彼陽司霖
實施年級	國中一年級/第四階段	總節數	共 1 節，每節 45 分鐘
單元名稱	籃球-運球		
單元內容簡述	<p>1. 能說出籃球-運球—規則、活動方法要領。</p> <p>2. 能做出籃球-運球—策略方式及動作要領。</p>		
單元核心概念	<p style="text-align: center;"><b>A 自主行動</b></p> <p><b>健體-J-A1</b> 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。</p> <p><b>健體-J-A2</b> 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p style="text-align: center;"><b>B 溝通互動</b></p> <p><b>健體-J-B1</b> 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p> <p><b>健體-J-B3</b> 具備審美與表現. 的能力，了解運動. 與健康在美學上. 的特質與表現方. 式，以增進生活中. 的豐富性與美感. 體驗。</p> <p style="text-align: center;"><b>C 社會參與</b></p> <p><b>健體-J-C2</b> 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>		
具體學習目標	籃球-運球，透過共同練習、分組練習，最後透過分組競賽來完成教學單元，讓學生在有限的時間或的有效教學，藉此模式得到有趣、有效的上課模式。各分組組員性別間共同學習，能懂得欣賞及包容個別差異，並在活動過程學習讚美與鼓勵。		
學習重點	學習表現	<p style="text-align: center;"><b>1. 認知：</b></p> <p><b>c. 運動知識</b> lc-IV-1 了解各項運動基礎原理和規則</p>	

		<p>d. 技能原理 1d-IV-3 應用運動比賽的各項策略。</p> <p style="text-align: right;"><b>2. 情意：</b></p> <p>c. 體育學習態度 2c-IV-1 展現運動禮節，具備運動的道德思辨和實踐能力。 2c-IV-2 表現力他合群的態度，與他人理性溝通和諧互動。 2c-IV-3 表現自信樂觀、勇於挑戰的學習態度。</p> <p>d. 運動欣賞 2d-IV-1 了解運動在美學上的特質與表現方式。 2d-IV-2 展現運動欣賞的技巧，增進生活的美感體驗。</p> <p style="text-align: right;"><b>3. 技能：</b></p> <p>b. 技能表現 3b-IV-1 孰悉各種自我調適技能。 3b-IV-2 孰悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>d. 策略運用 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-3 應用思考與分析能力，解決運動情境的問題。</p> <p style="text-align: right;"><b>4. 行為：</b></p> <p>c. 運動計畫 4c-IV-2 分析並評估個人的體適能與運動技能，修正個人的運動計畫。</p> <p>d. 運動實踐 4d-IV-3 執行提升體適能的身體活動。</p>
	學習內容	<p>類別名稱-II. 競爭類型運動 次項目-c. 障地攻守性球類運動 第四學習階段學習內容-Hb-IV-1 障地攻守性球類運動動作組合及團隊戰術。</p>
	教材內容	教學者自編
	教學設備/教具	1. 籃球 2. 碼錶 3. 帽錐

## 教學活動設計流程簡述

	學生學習活動設計簡案	教具	學習情形 檢核 (評量)
	<p style="text-align: center;"><b>【引起動機】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合點名。</li> <li>2. 詢問學生身心狀況。</li> <li>3. 暖身活動。(熱身操)</li> <li>4. 介紹教學單元。 (引起動機:提問、規則講解)</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>【發展活動】</b></p> <p>(一)、老師講解及示範籃球-運球動作。</p> <p>(二)、教具準備:籃球、碼錶、帽錐。</p> <p>(三)、動作分析與實作:</p> <p style="text-align: center;">1. 球感練習</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)雙手互傳。</li> <li>(2)頸部繞球。</li> <li>(3)腰部繞球。</li> <li>(4)膝部繞球。</li> <li>(5)跨下雙手交叉繞球。</li> </ol> <p style="text-align: center;">2. 基本運球</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)原地運球:手按拍在球的正上方,用手指、手腕、小臂上下按拍球。</li> <li>(2)高運球:運球高度在腰胸之間</li> <li>(3)低運球:運球高度要低於膝蓋</li> <li>(4)單手前後運球:手按拍在球的前上方及後上方。</li> <li>(6)單手左右運球:手按拍在球的側上方</li> <li>(7)左右手交換運球:左右手交換擺臂運球。</li> </ol> <p>(四)、共同練習/全場來回。</p> <p>(五)、分組練習。</p> <p>(六)、分組競賽。</p> <p style="text-align: center;"><b>【總結活動】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 集合。</li> <li>2. 老師講評。</li> <li>3. 解散,下課。</li> <li>4. 整理器材(歸還)。</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>【評量活動】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1、參與活動程度。</li> <li>2、課後學習單。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1、籃球</li> <li>2、碼錶</li> <li>3、帽錐</li> </ol>	<p>八成學生能迅速做好暖身,並遵守秩序,並了解動作要領且能正確表現,進而表達優劣點,並分享與欣賞。</p>



# 南投縣立仁愛國民中學 體育科 學習單

National Nantou Junior high School Physical Education Worksheet

教學單元 (Unit): 籃球

教學內容 (Content):

教學器材 (Equipment):

檢測項目 (Item):

檢測成績 (Grade):

上課心得 (Feedback): [more than twenty words ]

---

---

---

班級(Class) :

座號(Number) :

姓名(Name) :



